

高齢者の自立と生きがい支援活動に関する研究－(I)

加 藤 佳津子

〔抄 録〕

日本は「高齢化社会」から「高齢社会」へ、更に「超高齢社会」へと急速に進展している。今後、高齢者のニーズに合った「自立」と「生きがい」への支援活動は一層重要になってくると考え、上記主題を設定した。

本研究の目的は、高齢者の「自立」とは何か「生きがい」とは何かを探り、その支援活動の実態を把握して、支援活動の今後の課題と展望を明らかにすることである。研究の方法は、文献、白書、調査書、先行論文の参考及び引用。資料や情報の収集。ニーズと実態把握には、視察、インタビューを実施し、それらの結果を分析、考察した。日本においては、高齢者支援もまた、行政主導で進められてきた。今日、強く求められているのは高齢者自身の成長であり、自立である。国際的なネットワークに参画しての市民団体による支援活動は必要不可欠であり、生涯学習の果たす役割は大きいと言える。

キーワード：高齢者、自立、生きがい、支援活動、市民団体

はじめに

今日の日本は、政治・経済・教育・環境など混迷、混沌としており、社会情勢は悪く高齢者は大変厳しい状況下にある。今、高齢者に強く求められているのは、高齢者自身の成長であり「自立」である。寿命の延びで長期化した高齢期を掛け替えのない完熟期、完成期と捉えて、高齢者一人一人が「自立」や「生きがい」に関心を持ち、しっかり生きることが大切である。近年、積極的に「自立」を目指し、「生きがい」ある生き方を模索、実践する元気な高齢者が増加してきている。しかし、一方「余暇に対する意識変革」・「自立」して「生きがい」をもって生きるための支援を必要とする高齢者もまだまだ存在するのも事実である。「超高齢社会」へと進展していく中で、高齢者が「自立」して「生きがい」をもって、いきいきと豊かに生きる糧としての生涯学習や支援活動は、一層重要になって来るとされる。それに伴って、支援する

市民団体も増加すると予測される。今後、高齢者のニーズに合った支援活動が急務である。

本研究の目的の1つは、高齢者の「自立」とは何か「生きがい」とは何かを考察することであり、2つ目は、支援活動の必要性和行政・企業・非営利団体（市民団体）の高齢者に対する「自立」や「生きがい」支援の実態とその違いを把握し、支援活動のこれからの課題と展望を明らかにすることである。3つ目は、研究結果を実際に、これからの支援活動に生かしていくことを目的とするものである。

研究の対象は、一口に高齢者と言っても、年齢の幅は広く個人差もあり、年齢で分けることは適切でない面もあるが、今回は特に60～74歳位の元気な高齢者を対象とした。

研究の方法としては、文献、白書や調査書、先行論文の参考及び引用をし、かつ資料や情報の収集した。ニーズと実態把握には、視察、インタビューを実施し、それらの結果を分析して、考察した。

研究の内容は、まず、第一段階は、1. 高齢化と日本高齢社会の現況について述べ、次に、2. 高齢者の「自立」とは何か「生きがい」とは何かを探り、続いて、3. 高齢者の自立と生きがい支援活動の必要性を述べ、その実態（行政、企業、非営利団体）を把握した。そして、この段階での 4. 考察及び今後の課題と展望について述べている。第二段階では、具体的に、行政主導で立ち上がった大阪市高齢者リーダー協議会についての設立経緯・活動内容・メリット・問題点などを調べ、その結果を分類、分析、考察した。

1. 高齢化と日本高齢社会の現状

(1) 高齢化の国際比較

日本高齢社会は、世界に例をみない速度で進行している。内閣府編『高齢社会白書』2002、「世界の高齢化率の推移」では、日本は1980年代までは下位、1990年代はほぼ中位、21世紀初頭には最も高い水準となり、世界のどの国もこれまで経験したことのない本格的な高齢社会が到来するものと見込まれている。また、高齢化率が7%～14%に達するまでの所要年数で高齢化速度を見ると、フランス115年、スウェーデン85年、イギリス47年、ドイツ40年、などの中で、日本はたった24年間で倍化年数に達している⁽¹⁾。「高齢化の推移と将来推計」では65歳以上の高齢者人口は、1950（昭和25）年は、総人口の5%弱、1970（昭和45）年は7%を越えて「高齢化社会」となり、1995（平成7）年には14%を越えて「高齢社会」となっている⁽²⁾。高齢化は、正に、超特急で進んでいると言える。

(2) 日本高齢社会の現状

内閣府『高齢社会白書』2002、「高齢者（65歳以上の者）のいる世帯と高齢者人口」では、2000（平成12）年で、65歳以上の者のいる世帯数は1.565世帯であり、全世帯4.555万世帯の

34.4%を占めている⁽³⁾。また、「家族形態別に見た高齢者の割合」や「高齢者の所属世帯人員別割合」では、男性、女性とも、一人又は二人世帯の割合が大きく、高齢者を含む家族の小規模化の進行状況が伺える⁽⁴⁾。また、2000（平成12）年現在、65歳以上の一人暮らし307.9万人世帯のうち、女性の一人暮らしが約80%を占め、239.8万人世帯となっている。女性一人暮らしの高齢者は2020（平成32）年には360.5万人世帯に増加することが予想されている⁽⁵⁾。

「高齢者世帯における生活意識」をみると、現在の暮らしについて、「普通」とする世帯の割合が高く、「苦しい」とする世帯の割合は低い。実際に、所得・貯蓄・資産などの視点からみても、高齢者の経済状況は悪いとは言いがたい。ただ、一人暮らしの女性高齢者は、経済状態が良くない傾向にある。この背景には、①就労しておらず、年金も受給していない「所得なし」の者が女性に多いこと、②就労していても女性は賃金が男性より低い場合が多いこと、③年金を受給している場合も女性には遺族年金の受給者が多いこと、④自分自身の被用者年金を受給している場合も、女性は一般に男性に比べて就労期間が短く、賃金も低いいため、受給額が低いことが考えられる⁽⁶⁾。だが、日本の経済情勢は悪く、失業者が溢れ中高年男性の自殺者が増加している。年齢層を問わず厳しい雇用情勢の中にあって、とりわけ60～64歳の年齢層の雇用情勢は極めて厳しく、65歳以上となると一層その厳しさを増している。

健康状態について、自分の健康状態を「良い」、「まあ良い」、「普通」と認識している者の割合を見ると、「良い」、「まあ良い」、「普通」と思っている高齢者の割合は男女共65～74歳では4分の3以上、85歳以上でも3分の2以上を占めている。高齢者はなんらかの自覚症状があっても必ずしも健康状態が悪いと意識している訳ではないことが伺われる⁽⁷⁾。

（3）日本高齢者寿命の延びと質の変化

高齢化の要因は、死亡率の低下と平均寿命の伸長、少子化が挙げられる。特に、死亡率の低下と平均寿命の伸長は、食生活の改善、生活環境の改善、医療技術の進歩などによる。内閣府「高齢社会白書」2002.「高齢者の性・年齢階級別死亡率（1950～2000年）」によると死亡数の約4分の3を占める65歳以上の高齢者の死亡率は、1950（昭和25）年の71.5から2000（平成12）年には34.5となっており、女性の死亡率が男性を大きく下回っている⁽⁸⁾。

「平均寿命および65歳時の平均寿命の推移」を見ると平均寿命は、1947（昭和22）年男性50.06歳、女性53.96歳であったが、2000（平成12）年には男性77.72歳、女性84.60歳と大幅に伸びている。65歳時の平均余命は、1947（昭和22）年には10.16歳、女性12.22歳であったのが、2000（平成12）年には、男性17.54歳、女性22.42歳となっており男女とも高齢期が長くなっている⁽⁹⁾。内閣府「高齢社会白書」2002では、①良好な健康状態 ②高い就業希望 ③高い社会参加意欲 ④ゆとりある経済状況 ⑤子どもからの自立や家庭内での役割分担意識 ⑥学習意欲が伺え、高齢者の質が変化してきていることが分かる⁽¹⁰⁾。事実、周りに元気な高齢者が増えており、「人生80年代」となった。元気にはつらつと活動する多くの高齢者を目の当たりにして、一般の高齢者に

対するイメージも様変わりしてきている。

(4) 高齢者の学習能力

高齢者の質の変化で注目すべきは、学習能力である。今世紀初めに行われた加齢と知能に関する研究の多くは、横断的研究 (cross-sectional study) であった。横断的研究とは、20歳代、30歳代、40歳代と各年齢層を対象とした知能テストの施行結果に基づいて、年齢による知能の変化をみるものである。この研究方法の共通した結果は、知能は20歳代を頂点として次第に低下し、高齢になるにつれてその衰退が顕著になる。この研究は、教育年数の著しい差に代表される世代間の相異がテスト結果に影響を及ぼしていたのである。

近年の心理学的研究は、年代別の対象群を処理した横断的研究は正確に加齢と知能の関係を捕えていないということを明らかにした。同一対象を若年時から老年に到るまで追跡研究をする縦断的研究 (longitudinal study) では、加齢と知能の低下の関係が否定されたのである。

主として用いられている知能テストWAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale) は、知能には多くの側面があり、高齢期に低下の見られる知能もあればゆるやかに上昇する知能もあることを明らかにした⁽¹¹⁾。高齢者は、知的欲求を満たしつつ学習によって生涯成長し続けることができるのである。身体機能の低下も、加齢自体の結果よりも生活習慣の影響による場合が多いことが分かって来ており、これも、食生活、運動、仲間との交流など個人の努力で良い方向へ向かうことができる。近年、加齢変化のプラス面を重視した研究が行われるようになったことは、高齢者にとって大変力強いことである。

2. 高齢者の自立と生きがい

(1) 元気高齢者の自立とは

自立性は次の四つの領域「身辺生活の自立」「経済的自立」「精神的自立」「社会的自立」に分けて考えられる。「身辺生活の自立」は、最も基本的なもので、「寝る、起きる、食べる、排泄、入浴、衣服の着脱、掃除、洗濯など」人に依存せず、衣食住などにかかわる身の回りのことを処理するスキルである。「経済的自立」は、自分が生活するのに必要な収入を自分で働き出す能力である。最近、女性が働くことは当たり前となり、経済的自立を確立するに至った。男性も家庭科学習の成果や便利な生活応援グッズ、24時間オープンコンビニに助けられるなどにより、生活者としての自立が確立し始めている。「精神的自立」は、当面した問題を自分で決められる能力、「自己決定能力」が備わった状態と考えられる。朝起きてから夜寝るまで、人間は小さい自己決定の積み重ねの中にいる。勿論、人生には就職、結婚、住まいなどと言った、大きな決定を迫られることも多々ある。人間は人生の中で幾多の失敗や成功を経験して、より適切に判断する自己決定能力を身につけて行く。「社会的自立」は、人と人との関係性の中で必

要な高度な自立性である。人が完全に自立するためには、まず、「自分のことは自分でできる状態」を達成することであり、その上更に、「人のためにする能力」をも自分の中に備えることである。四つの自立に対する学習は、人間の発達段階に応じて並行的、発展的に行われることが大切である。あらゆる面で自立性の低い幼児期にも、後日の「社会的自立」の確立にむけて、それなりのプログラムが準備されることが必要である。子どもなりに他人に貢献し、周囲から喜ばれる存在になろうとする動機を育てていくことが大切である。こういった中で、自分の力で他に貢献して生きるという人生のありようが自然と身についていくのであり、その積み重ねが高齢期に生かされることにもなる。大事なことは、まず個人が日常生活的自立、経済的自立、精神的自立、社会的自立をすることである⁽¹²⁾。そして、仮に加齢によって身体的障害を伴ったとしても、現実から逃げたり、恨んだりするのではなく、ありのままの自分を真正面から受け止め、その範囲でできる自立を積極的、前向きに目指すことが大切である。

(2) 元気高齢者の生きがいとは

人それぞれに歩む人生は異なる。部分的に似通った所があったとしても、全く同じ人生などは存在しない。さまざまな人生で持つ個人の生きがいは、仕事に、育児に、趣味に、金儲けにと、これまた人それぞれであり、どれも否定できない。生きがいは、世代によっても異なる。

大阪市『高齢者の生きがいについての世論調査—報告書—』1994、によると「現在の生活は生きがいがあると感じているか」の問いに対して、(68.6%)が「あると思う」とし、「現在はないが、今後は見つけたい」も(21.8%)で、「ないと思う」は(6.5%)にとどまっている。

「どんなときに生きがいを感じているか」の問いに対して、「家族との団欒のとき」が(42.6%)で最も多く、「趣味・スポーツ・学習しているとき」(33.8%)、「仕事に打ち込んでいるとき」(32.3%)、「友人や仲間と過ごしているとき」(30.4%)、「自然に親しんでいるとき」(28.0%)などが続いている。以下、「仕事が終わって開放されたとき」(19.7%)、「一人で静かに過ごしているとき」(17.4%)、「子や孫や家族の世話をしているとき」(13.9%)などを挙げた者もいるが、「ボランティアなどの社会活動をしているとき」は、(3.8%)である。

性別でみると、「家族との団欒」こそ男女とも1位であるが、男性は、「仕事に打ち込んでいるとき」、「仕事が終わって開放されたとき」、「趣味・スポーツ・学習しているとき」などが女性より多くあげられている。女性は、「子や孫や家族の世話をしているとき」や「友人や仲間と過ごしているとき」が男性より多い⁽¹³⁾。

この調査から6年後発行された、大阪市民局『市政モニター報告書—高齢者の生きがいについて—』2000、を見ると、以前と同じように、現在、「何に生きがいを感じているか」を尋ねている。「趣味・娯楽」(71.4%)が最も多く、「家族との団欒」(62.7%)「友人・仲間と過ごすこと」(64.3%)と続いている。興味深いのは、6年前の調査と異なって、「趣味・学習・スポーツ」の項目が「趣味・娯楽」になっていることである。この「娯楽」が原因で、「家族との団

樂」を押し退けて一位になったものと思われる。実は、日本人の90%がレジャー志向だといわれている。それは、次の調査結果からも伺える。

「今後実現したい生きがいがあるか」との問いに対して約8割の人が「ある」と答え、その内容は、「趣味・娯楽」(66.8%)が最も多く、続いて「勉強・学習」(50.7%)、「友人・仲間と過ごすこと」(48.1%)、「家族との団樂」(42.5%)、「職業・仕事」(41.6%)と続いており、「ボランティア活動」は(28.6%)に過ぎなく、他の年代に比べると、50歳代以上の人が多くなっており⁽¹⁴⁾、これは高齢者の生きがい問題と深く関係しているように思われる。

人間は、自立することによって生きがいを得られ、生きがいを得ることによって自立していくことができる。自立と生きがいは表裏一体の関係にある。生きがいは個人的なものであり、生きがいの対象もさまざまであるが、日本人の傾向として、休息や気晴らし、個人レベルの楽しみに終始している面が多いと言える。

今まで散々働いてきたのだから、これからは「寺院巡りでもしたい」「麻雀・ゴルフ三昧で過ごしたい」。それはそれで自分が楽しく満足であれば良いといえる。しかし、20～30年長期化した高齢期を毎日麻雀やゴルフ三昧で過ごすだけで終わってしまうのは残念である。人間の「生きがい」は趣味や習い事で得られるものではなく、自分が他者に対して「何らかの役に立っている」と本人が確認した時点で「生きがい」が生じる。つまり、生きがいは自己目的的是得られにくく、他者目的にて獲得する極めて高次のレベルであるといえる。今後、高齢者が高齢期を完熟期、完成期ととらえ積極的にいきいきと生きがいを持って生きるには、休養や気晴らしの余暇設計に止まらず、自己開発をして自己実現することが大切である。自分探しをして、隠れた能力を再発見したり、未完の体験に再挑戦したり、社会との接点を求めて社会貢献するなど悔いのない人生を送ることである。自分のできる範囲で出来ることから取り組み、社会へ貢献する高齢者を目指したいものである。

3. 高齢者の自立と生きがい支援の必要性和実態

(1) 元氣高齢者の自立と生きがい支援の必要性

ここ10年の間に日本の高齢者の質が随分変化してきたのは生涯学習の成果であろうか。遅しく地域で活躍する女性高齢者に比べて、いわゆる「濡れ落ち葉族」と言われた男性高齢者も徐々に姿を消し、それぞれ「生きがい」を見出して活躍している。しかし、閉じこもり族や余暇意識の変革など、まだまだ支援を必要とする高齢者が残存するのも事実である。昔から言われている「老人の四苦(病苦・孤独苦・無為苦・貧苦)」の解消は、大阪市民局『市政モニター報告書—高齢者の生きがいについて』2000、による調査の中の「高齢期に大切なことはどのようなことか」に対する解答「健康であること」(88.9%)、「趣味をもつこと」(59.5%)、「経済的に安定していること」(56.5%)、「仲間・友人を持つこと」(52.3%)と一致する⁽¹⁵⁾。以下、

支援が必要と考えられる点について述べる。

第1は、高齢期のとらえ方である。人生50年時代における高齢期は、男性は「定年退職後＝老衰・死」、女性は「子育て終了＝老衰・死」という経過をたどるのが一般的であり、高齢期は“衰退期”“終末期”と捉えられた。しかし、人生80年時代の今日、寿命の延長によって元気な高齢者が大量に出現する中で、こういった見方は大幅に修正が求められている。

定年退職後・子育て終了後も20～30年近い時間を元気で過ごさなければならなくなった。高齢期は、社会や家庭から引退した退嬰的な時期ではなく、義務感や拘束感から解放されて、自分の生きがいや楽しみを追及出来る、はつらつとした“完熟期”“完成期”とらえ直す必要がある。そのためにも、生涯学習への誘いといった支援が必要であろう。

第2は、余暇意識の変革である。高齢期はライフステージのどの時期よりも「余暇生活」が重要な意味をもってくる。生きがいにつながる余暇活動の有無が高齢期の幸福を左右する鍵となる。現在の高齢者、既に超高齢者となっている人たちは、戦前に青春時代を過ごし、日本の高度経済成長を担ってきた。遊びを悪とし、働くことを美徳とした余暇活動経験の極めて乏しい世代である。定年を迎え仕事から解放されたとたんに、何を生きがいにその後の人生を歩めば良いのか困惑した心理状態に陥るのは想像に難くない。こういった人たちがまだまだ残存するのも事実である。遊びを主座に置く若者が増えたとはいえ、現役で働いている人は多忙で自分にふさわしい余暇活動をライフスタイルに組み込むことができずに壮年期を過ごす人も多い。勤労や遊びに対する意識変革、仕事にウエイトを置き過ぎてきたことや仕事以外にも生きがいがあることへの気付きなど、余暇相談、余暇生活設計への支援が必要である。

第3は、予防医学への積極的取り組みである。人間が日々加齢していくことは、病気がちに近付き、ひたすら障害に近付いていくことである。しかし、20世紀を通じて、高齢者の罹る病気には変化が起ってきている。以前は急性の感染症が目立ったが、現在は慢性疾患のほうが遥かに大きな問題となっている。それも、罹る率や高齢者が抱えている病気の平均数も激減しており、歯科衛生も改善している。高齢者が障害を抱える原因として次の三点が挙げられる。①病気の影響 ②運動や食事などの生活習慣 ③加齢に伴う心身の変化（老化）である。病気に関することは、医師・医療機関に負うところが大きいですが、ここで注目したいのは、生活習慣の影響力がかなり大きいという点である。

生活習慣は自分の意志で変えられることに着目したい。病気や障害のリスクをできるだけ小さくし、予防医学に努めるための知識や積極的取り組みが大切である。そのための学習の場・情報交換・励まし合い支え合う仲間づくりへの支援が必要である。

第4は、孤独の解消と心の健康との関連である。ジョン・W・ローウェー／ロバート・L・カーン／関根一彦訳『年齢の嘘』日経BP出版センター、2000、では、「孤独は健康悪化の危険因子」「健康維持には愛情が欠かせない」「人間関係が希薄だと死亡リスクも急上昇する」と述べている⁽¹⁶⁾。孤独は高齢者だけの問題ではないが、そのリスクは高齢になるに従って高まる。

世界で、孤独が原因で自殺をする高齢者数は日本が一番多いと言われている。内閣府『高齢社会白書』2002、「一人暮らし高齢者の動向」を見ると、男女共に「一人暮らし」の高齢者の増加が顕著である。年齢別に見ると年齢が高いほどその割合は高くなっている。今後も、一人暮らしの高齢者は増加することが見通されている⁽¹⁷⁾。心の健康は、体の健康を左右する力があり心身機能の維持に大きな役割を果す。健康維持のための学習支援や仲間づくり、心通う交流の機会づくり、相互扶助への取り組みと言った支援が必要である。

第5は、生きがいの対象である。『高齢社会白書』には、高齢者の高い「就業意欲」「社会参加意欲」とあるが、『市政モニター報告』では、高齢者が生きがいの対象にしているのは、「趣味・娯楽」「家族との団欒」「友人・仲間との交流」「孫の世話や成長」が殆どである。「職業・仕事」「ボランティア活動」については、かなりパーセントが低くなっている。生きがいは個人的なものであるから、休息や気晴らしに生きがいを感じるのはいくつか悪いことではない。ましてや、趣味・学習となると自己開発・自己実現の分野に入り、好ましい状態であると言える。生きがい支援でまずやるべきことは、好ましい状態になるためのお手伝いをするところだが、ここで特に強調したいのは、高齢者の生産的活動（有償・無償に無関係）、即ち社会貢献志向への気付きであり、誘いである。退職は同時に生きがい喪失に繋がる。人間生活の根は地域にあるからできるだけ早く地域との接点を持つための支援が必要である。しかし、家事をすることは家族への貢献であり、難しく高度に考えなくても身近で見付けられるものは幾らでもある。社会貢献の仕方にもいろいろあり、自分に見合ったものを選択することである。

第6は、生涯学習の持つ意味の深さ、重みへの理解と実践である。企業成績を上げるためや昇進するための研修以外の学習もあることや、学習は生涯続けることに意義があることへの気付きを促すことである。

第7は、要介護や死の問題である。日々確実に老いがやって来ているのは事実である。病気や障害を伴った高齢者への自立や生きがい支援は不可欠である。病気や障害を持った自分から逃げないで、ありのままの自分を受容し、前向きに生きること、できる範囲の自立を目指すことが肝要である。しかし、現実はその簡単なものではない。支援の形態は二つある。①食事の支度や買い物、掃除など直接役に立つ支援。②慰め・元気づけ・悩み相談などといった心の支援。人の温もり、暖かさ、愛が必要なのである。QOL（Quality of Life＝生活の質）や尊厳への支援も忘れてはならない。尊厳と言えば、尊厳死と言う言葉がある。「死」への支援も必要と考える。残された命を質高く生きることへの支援である。人生最後の仕事は、自分らしい葬送の在り方を考え、「終の棲家」を決めること。死を考え、死後を考え、今、生きることの意味を問うことである。「日本人としての望ましい生き方（理想像）」が喪失している昨今である。よく死すことはよく生きようとする姿勢にあり、どう生きるかの努力が死をデザインするならば、むしろ青年期や壮年期にこそ、「死」と向かい合い、自らの死を考え、「人生の最後をどのように迎えるか」「よく死すとはどういうことか」を自問自答する時と場が必要なのではないだろうか。

(2) 行政・企業・市民団体（非営利団体）の取り組み

行政による高齢者の自立と生きがい支援であるが、1960（昭和35）年頃から「人生70年代」に入ったが、行政による生きがい対策は存在せず、老人・障害者・母子家庭・低所得者への物心両面で行われていた援護の施策が、広い意味での生きがい対策であった。

1970（昭和45）年～1980（昭和55）年代、高齢者が「自立」して「生きがい」を持って、いきいきと豊かに生きる糧としての生涯学習が重視された。国、各都道府県、市町村は、それぞれの取り組みを創意工夫しながら展開してきた。特に、「生きがい」は、個人レベルの問題であり、行政が課題として取り上げる問題ではないようにも思われる。にも拘わらず、当面、日本においては、行政の多くの局面で取り上げられてきた。何故か。日本にあっては自発的・個性的生きがいが創りにくいことが挙げられる。阻害要因として次の事が考えられる。①会社への帰属意識が強い。②都市化による地域との結び付きが希薄化した。③宗教的な動機付けがない。④夫婦単位で行動する習慣がない。⑤個性化・差別化を嫌う。⑥自己流の意味付けでなく、権威による認定を好むなどである。

日本では、趣味やスポーツ界まで権威が伴う。趣味も楽しみではなく「求道」的なものとして評価されてきたといった一面がある。このことは、茶道、花道、柔道、棋道などの言葉からも伺われる。これらの阻害要因を乗り越え、人々が生きがいを追及するためには、行政が何らかの形で関与していくことが適当と考えられたのである。これは、日本流の行き方、ある意味での文化といえる。

1985（昭和60）年頃「人生80年代」に入ると、高齢社会に対応すべく、法の改正、新法の制定、老人諸施設の創設、諸事業の拡充と推進などが図られた。1989（平成元）年、高齢社会は停滞した暗い社会であるとするイメージに挑戦すべく「ゴールドプラン」（高齢者保健福祉推進10か年戦略）が策定された。「長寿」という視点を導入することにより、高齢者の生きがいづくりを対策の柱としたことは画期的なことであった。1994（平成6）年に策定された「新ゴールドプラン」でも高齢者の健康、生きがいづくりの柱は続いている。1997（平成9）年には、高齢者の自立支援を基本とした介護保険法が成立し、2000（平成12）年から実施された。

1997（平成9）年に厚生省は、『21世紀、高齢者が社会を変える—新しい高齢者像の確立をめざして—』を発表した。その中で、「生きがい」とは主観的なものであり、強いて表現するなら「自己実現」を図ることとし、「健康づくり」と一体的にとらえるべきものとしている。行政の役割については、個人で解決できない基盤整備、環境づくりを挙げ、特に関係者の自主的な取り組みをいかに効果的に支援するかを課題としている。国の役割については、基本方針の策定や大枠の設定にあるとし、高齢者のニーズにきめ細かく応えるためには、住民に身近な市町村に期待しているとしている⁽¹⁸⁾。

今日、官民の在り方や行財政改革及び公益法人の役割の見直しの中で、行政による高齢者の生きがい対策も転機を迎えようとしている。補助金も含め、国が一律にメニューやフレームを

提示する方式に、また、行政の各分野ごとに縦割りで実施されてきた高齢者の生きがい対策についても疑問が呈されてきている。

次に、企業による自立と生きがい支援の実態であるが行政が高齢者のために健康で明るい生きがいのある生活を営むための支援事業を展開するに従って、企業も波に乗り遅れまいとさまざまな支援活動に取り組み出した。今日に到るまで具体的にどのような支援事業をしてきているのか、大阪ガス株式会社－いきいき市民推進室－（大阪市中心区平野町4丁目1番2号）・松下電器産業株式会社－社会文化部－（大阪府門真市大字門真1006）・日本生命財団－助成事業部－（大阪市中心区今橋3丁目1番7号）を訪問して、インタビュー方法で調べた。

企業3社を訪問して見えてきたことは、大阪ガスは、いきいき市民推進室を設けて「21世紀をめざす企業グループ像」を掲げ地域社会や社員から共感が得られる企業を目指して努力している。方策の一つとして社員育成に力を入れているが、よき企業人であると同時によき地域社会人、よき市民であるための社員教育である。いきいき市民推進室の主たる役割は社員の活動を支援することであり、社内福祉に力を入れていると言える。松下電器産業株式会社は、既存の商品も見易く、分かり易く、使い易い要素を取り込む努力が続けられている。高齢者や障害者の自立を支援する商品づくりも手掛けられているが、高価なものが多く庶民が手軽に買えないものも少なくない。日本生命財団の事業の一つである総合シルバーサービス施設のウエル・エイジング・プラザ「奈良ニッセイエデンの園」は、厚生労働省『ふるさと21健康長寿のまちづくり事業』第1号認定施設である。平成13年6月に見学に行ったが、1億近い自宅を売却してそのお金で入居するなど、とても一般庶民には手が届かない。企業の究極の目的はあくまでも営利である。市民にとって幾ら心地よい言葉を並べたてられても、所詮、金儲けの対象以外のなにものでもないといえるし、会社のイメージアップ・PRのためでもあることは明かである。

行政や企業以外に支援活動をする市民団体（非営利団体）が増えてきているが、どのような支援をしているのであろうか。應典院－應典院寺町倶楽部－（大阪市中心区天王寺区下寺町1-1-27）・NAIC（ニッポン・アクティブライフ・クラブ）－日本時間預託ボランティア協会－（大阪市中心区谷町1-3-1）・エルダーホステル協会－（大阪市中心区中津1-13-17-201）を訪問してインタビューした。

都市寺院應典院は歴史ある寺院文化を基盤として、仏教の教えを今日の人々の暮らしとこれからの生き方にもっと活かしていこうというのがテーマである。特に、高齢者支援としては、①「いのちと出会う会」は、ターミナルケア（末期医療）をはじめさまざまな生と死のテーマについて真摯に楽しく話し合う参加型の例会である。②「エンディングサポート」は、生と死について語り合い、学び合いながら「人生の完成期」における支え合いを目的としている。

NALCは、「生きがい・自立・助け合い・奉仕」を理念とした、全国組織の時間預託のボランティア団体である。21世紀の超高齢社会に向け、ボランティア時間を蓄え、将来、自分が困った

ときや、思いがけず病気になったときに、預託された時間を引き出して、全国どこにいても利用することが出来るように、支部組織になっている。自分の預託した時間を遠く離れている両親のために使うこともできる。

エルダーホステルとは、アメリカで始まったエルダーホステル運動に賛同し、日本人を対象としたエルダーホステル方式の講座を提供する非営利団体である。モットーは、「学習と冒険」(LEARNING & ADVENTURE)であり、簡素な学習環境(シンプルライフ)に身をおいて、心の豊かさを求めることにある。当会の各種活動は、「高齢者の教養を深め視野を広げる為に、国際的な生涯学習の場を提供し、定年後の豊かな人生を目指す生きがいがいづくりと国際理解を推進する」ことを目的としている。

應典院、NALK、エルダーホステル協会以外の団体にも尋ねてみたが、市民団体(非営利団体)は目的を持って、それぞれ創意工夫をして特色ある支援活動を展開している。だが、大なり小なり資金面で苦慮している。ある程度資金がなければ思うような活動はできにくい。エルダーホステル協会のように、海外の高齢者を日本に受け入れる場合、全て込みの料金の中で、ツアー面は旅行会社に任せ、宿泊を関西セミナーハウスやユースホステルといった安価な宿泊施設を利用するなど工夫をして、黒字にしていまいっているといった団体は少ないようである。資金面で行政への提言が一つの課題として浮上してくる。その他、支援をしてもらうことに慣れてしまった人々の問題やスタッフのスキルの問題などが伺われた。支援者も支援を受ける側にも生涯学習の必要性があると言える。

4. 今後の課題と展望

本稿では、高齢化の国際比較・日本高齢者の現状・特に、元気高齢者の「自立」・「生きがい」とは何かを考えてきた。又、支援活動の必要性を探り、行政・企業・市民団体による支援活動の実態について調べてきたが、幾つかの問題点が浮上してきた。一応、現時点で見えてきた今後解決すべき課題としては次の6点が考えられる。

第1は、高齢者だから支援されるのは当たり前といった感覚は問題である。超高齢者社会へ進展して行く中で、高齢者が高齢者を支えることが求められてきている。支援を受ける側から支援をする側への意識転換が大切である。

第2は、高齢者のニーズに合った活動内容の展開である。

第3は、資金調達の工夫である。

第4は、行政へ政策提言をする力ある市民団体を目指すことである。21世紀の日本において、政治一つを取り上げてみても従来のように、しっかりした指導者に頼るといったことは望めなくなっている。市民一人ひとりがしっかりと自立して自分たちが自分たちの手で政治を行い、自分たちが経済、教育、環境、平和、人権などといった問題に主体的に取り組む時代が到

来してきていると言える。高齢者の「自立」や「生きがい」支援も行政に頼る姿勢から脱却して、自立することが肝要である。

第5は、地域に根ざした活動の実践である。会社人間も退職すれば地域に帰る。活動の拠点が遠くはなれては続かない。地域に溶け込み地域に根差した活動をしていくことが基本である。

第6は、スタッフのスキルの問題である。

今後の展望であるが、つぎの3点が考えられる。

第1は、生涯学習である。多くの高齢者は、命の灯が消える寸前まで背筋をしゃきっと伸ばして、生きがいを持って、それもできることならいきいきと輝いて生きたいと願っている。「自立」し「生きがい」を持って生きるためには、仲間づくりをして、お互いに支え合い、励まし合い、協力し合って、人間として共に成長し続けていくことが大切である。白石克巳は『生涯学習論』(株)実務教育出版、1997、の序で、生涯学習は私たち一人ひとりが「善く生きる」ことを生涯にわたって自覚的に探求することであるとし、ユネスコのフォール報告書、1973(昭和48)年では、生涯学習の理念を「人間完成の学習」と指摘しているとも述べている⁽¹⁹⁾。ひたむきな人間修養は生涯続くものである以上、高齢期において生涯学習は重要であり必要である。

又、高齢期には「喪失」の問題が生じる。心身の機能の低下は避けられず、障害や病気のリスクが高くなる。後期高齢者になると更に老化は進行する。また、定年退職は経済的基盤と社会的役割喪失を招き、心理的な不安が高まる。更に就職や結婚で子供たちが独立した後、配偶者の死別といった寂しさも体験する。これらの喪失は学習課題となり得る。

時代は流れ人間を取り巻く環境はたえず変化する。過去の学習に安住しては、技能面においても成長、発展はありえないし、老化と停滞があるのみである。高齢者は高齢期に生ずる幾多の関所を通過しなければならない。「課題解決学習」の習得や「生きる力」は青少年だけのものではない。高齢者の学習能力が認められてきた今日、課題解決のために生涯学習が果す役割は大変大きいものがあると言える。大阪市民局「生涯学習について―市政モニター報告書―」2000、で大阪市の生涯学習に対する認識度をみると、「生涯学習という言葉聞いたことがあるか」との問いに対して「聞いたことがある」が(90.5%)、「生涯学習に参加したことがあるか」の問いに対して「参加したことがない」が(59.1%)で、「参加したことがある」の(40.9%)を上回っている。しかし、年齢別で見ると年齢層が高くなるにつれて「参加したことがある」が高くなっている。(20歳代26.9%、30歳代36.0%、40歳代38.5%、50歳代41.3%、60歳以上63.0%) 参加理由は「自分自身の知識や教養を高めるため」が(77.1%)で最も多く、「多くの人と知り合い、交流するため」が(34.8%)、「健康の維持・増進に役立てるため」が(25.1%)であった⁽²⁰⁾。生涯学習への関心は高まり、参加する人々が年々確実に増加してきているが、さらなる啓発が必要である。

第2は、超高齢社会を見据えた支援活動の推進である。後期高齢者（75歳）の「自立」と「生きがい」支援活動を考えるとき、一つは、年齢で区切らず、今までの延長線上で考えることが基本である。確かに、75歳を過ぎると障害を伴ったり、病気に罹る率は一層高くなる。しかし、こういった現象は突然現れるのではなく、徐々に進行しているのである。後期高齢者は「自分が痴呆がかかってきているのではないか」を気にする傾向があるので、一層のこと、今まで通りの自然体で考え接していくことが大切である。二つめは、障害を伴ったり、病に罹ったときである。現実から逃げることなく真正面から受け止め、その実態での「自立」を目指すことが大切である。単なる慰めではなく、みんなで特に心を支え合い、励まし合って生きることである。三つめは、死の問題である。最近、終の棲家の決定や葬送の在り方、埋葬のされ方まで生前にデザインする人々も増加してきている。死から目を反らさず「善く死すとは善く生きることである」を高齢者の生涯学習の課題の一つに据えて考えることを提案したい。

第3は、ネットワークである。いかに力を持っても個の力は知れている。市民団体（非営利団体）による高齢者の「自立」と「生きがい」支援活動を大きなうねりにしていくためには、個に止まらず、他団体とのネットワークが是非とも必要である。市町村を越え、都道府県を越え、国を越えたネットワーク即ち、グローバルな視点に立ち、世界的なネットワークに参画して、海外の市民団体に学ぶ姿勢が大切である。例えば、アメリカの教育機関の多くは、地域に広く解放されている。また、支援の在り方も多岐にわたり、多くの市民団体が誕生している。遠藤勝弥著^{注16}『最新アメリカの生涯学習』（有）川島書店1999 第6章で、西岡正子は、アメリカにあるAARP（American Association of Retired Persons）即ち全米退職者協会を次のように紹介している。AARPは1958（昭和33）Ethel P.Andrus によって設立された。アンドラスは、AARPを創ると同時にアメリカの高齢者に年齢を重ねていることは誇るべきことであり、ボランティアをしたり自分の知識や経験を他の人々と分かち合うことにより、活動的に生きるよう高齢者に呼びかけた。AARPには50歳以上であれば、退職しているいないにかかわらず、参加することができ、半数が女性会員である。首都ワシントンに本部を置き全米50州がネットワークされ、次の四つを活動の目的としている。①高齢者の生活向上。②高齢者の自立と尊厳の増進。③加齢の概念の向上及び高齢者の社会的役割と位置付けの明確化である。④「奉仕されるのではなく、奉仕をする」という方針を打ち出し、彼らの活動は単に高齢者の人生の向上に止まらず、長年積み上げてきた経験と知識をもって社会の向上に貢献し、社会と共に進歩発展しようという明確な意識の上に展開されている。特に教育に関しては、高齢者が直面する問題や社会のかかえる問題を適切な教育によって解決・改善していこうと強い関心を寄せ、具体的な活動を展開している⁽²¹⁾。学ばなければならないことは山積していると言えよう。

〔注〕

- (1) 閣府編『高齢社会白書』2002、図(2-1-19)、「世界の高齢化率の推移」P.78
- (2) 前掲書、図(2-1-2)、「高齢化の推移と将来推計」P.67
- (3) 前掲書、図(2-2-1)、「高齢者(65歳以上の者)のいる世帯と高齢者人口」P.79
- (4) 前掲書、図(2-2-6)、「家族形態別に見た高齢者の割合」P.83
- (5) 前掲書、図(2-2-10)、「高齢者の所属世帯人員別割合」P.85
- (6) 前掲書、図(2-2-11)、「高齢者世帯における生活意識」P.86
- (7) 前掲書、図(1-1-13)、「自分の健康状態を 良い、まあ良い、普通 と認識している者の割合」P.13
- (8) 前掲書、図(2-1-8)、「高齢者の性、年齢階級別死亡率(1950～2000年)」P.71
- (9) 前掲書、図(2-1-9)、「平均寿命及び65歳時の平均余命の推移」P.72
- (10) 前掲書(1) PP.13～93
- (11) 高橋恵子、波多野 余夫『生涯発達の心理学』岩波書店、1990、P.57
- (12) 深谷和子「自立とは何か―身辺自立、経済的自立、精神的自立、そして、社会的自立―」児童心理(児童研究会編54号(1)、2000.1、PP.11～16
- (13) 大阪市『高齢者の生きがいについての世論調査―報告書―』1994、PP.22～23
- (14) 大阪市民政局『市政モニター報告書 高齢者の生きがいについて』2000、PP.8～10
- (15) 前掲書(14) P.35
- (16) ジョン・W・ローウェー／ロバート・L・カーン／関根一彦訳『年齢の嘘』日経BP出版センター、2000、PP.236～242
- (17) 前掲書(1) 図(1-3-1)、「一人暮らし高齢者の動向」P.34
- (18) 伊原正「生きがい支援事業の変遷」香川正弘『生きがいある長寿社会・学びあう生涯学習―生きがいづくり支援の現状と展望―』ミネルヴァ書房、1999、PP.70～83
- (19) 白石克巳『生涯学習論―自立と共生―』実務教育出版、1997、PP.3～4
- (20) 大阪市民政局『生涯学習について―市政モニター報告書―』2000、PP.66～67
- (21) 西岡正子「高齢者教育と学習機会」遠藤勝弥『最新アメリカの生涯学習―その現状と取り組み―』川島書店、1999、PP.101～102

(かとう かつこ 教育学研究科生涯教育専攻修士課程)

(指導：田中 圭治郎 教授)

2003年10月15日受理